

자기에게 애정을 품어라.

Be soft. Do not let the world make you hard. Do not let the pain make you hate. Do not let the bitterness steal your sweetness. Take pride that even though the rest of the world may disagree, you still believe it to be a beautiful place. (Kurt Vonnegut)

당신에게 애정을 품어라. 세상이 당신을 어렵게 하도록 두지 마라. 고통이 당신을 미워하게 두지 마라. 쓰라림이 당신의 달콤함을 훔치도록 두지 마라. 세상이 동의하지 않을지라도, 당신이 여전히 세상이 아름다운 장소가 되리라는 것을 믿는다고 자랑하라. (커트 보네거트)

당신은 자기에게 얼마나 애정을 품고 있습니까?

당신이 자신에게 주는 애정 점수는 몇입니까?

세상이 당신을 어렵게 합니까?

고통이 당신을 미워하게 합니까?

썩썩한 감정이 당신의 달콤한 감정을 앗아가고 있습니까?

결코, 세상이 당신을 어렵게 하도록 두지 마세요. 고통이 당신을 미워하게 두지 마세요. 씩씩한 감정이 당신을 지배하게 하지 마시고 달콤한 감정이 당신을 이끌도록 하십시오.

세상은 내가 어떤 생각을 하고 어떤 방향으로 움직이고 있는지에 따라 달라집니다. 우리는 하루에도 오만가지 생각을 하게 됩니다. 어떤 생각을 하는 것이 좋을까요?

때로는 씩씩한 감정이 우리의 생활에 도움이 되는 때도 있지만, 달콤한 생각이 자신의 생활을 이끌도록 하십시오.

아름다운 눈으로 세상을 보세요. 그리고 긍정적 믿음으로 자신을 사랑하십시오. 세상이 항상 내 편일 수는 없지만, 세상이 아름다운 장소가 될 것이라는 믿음을 가지십시오. 그러면 세상은 아름다운 일로 가득하게 될 것입니다.